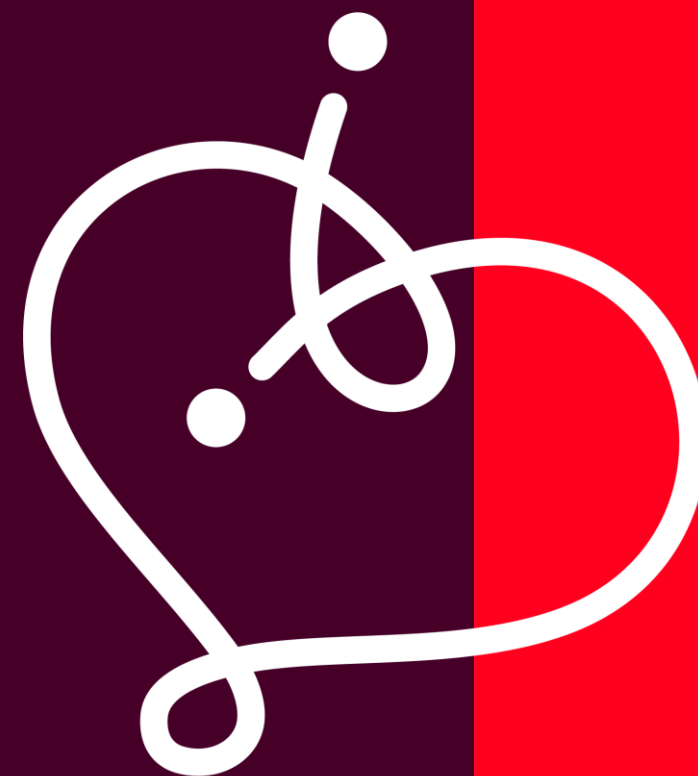


Sammen i Bevægelse



**sammen
i bevægelse**

Identitet



**sammen
i bevægelse**



**sammen
i bevægelse**



**sammen
i bevægelse**

Baggrund og formål

Bevægelse gør os stærke fysisk og mentalt, giver os energi og samhørighed. Og det har vi brug for!

Derfor vil DR i partnerskab med DIF, DGI, DSI OG DFF sætte Danmark i Bevægelse i hele 2021. Inden året er omme har vi alle bevæget os lidt ekstra, og hjulpet hinanden med at holde dampen oppe i en krævende tid.

DR vil producere programmer der inspirerer til bevægelse og fortæller fascinerende historier om hvordan bevægelse bevæger os. Organisationerne vil tilbyde aktiviteter hele året, så der er et bevægelsestilbud til alle danskere;

- Dem, der motiveres af at blive sunde og stærke.
- Dem der motiveres af at blive gode – udfordre sig selv og præstere.
- Dem der motiveres af glæde, oplevelser og at være i nuet.
- Dem der motiveres af at være sammen – fokus på fællesskabet.

Sammen i Bevægelse kører hele året og vil være en central overlægger for alle årets aktiviteter – på og udenfor mediefladen.

Partnerskabet



Øvrige samarbejdspartnere;

- LIFE
- Eksperimentarium
- Ældresagen
- Kræftens Bekæmpelse
- Kulturmødet
- Team Danmark
- Diabetesforeningen
- Hjerteforeningen
- DBU
- Idrætsmødet Aalborg
- og mange flere...



Bevægelse i Seks Bølger

Danmark i Bevægelse er én samlet bevægelse, som består af seks bølger. Bølgerne kendetegnes ved at;

- Hver bølge har sit eget tema.
- Hvert tema manifesteres igennem aktiviteter og medieoutput som understøtter og formidler temaet.
- Primære aktiviteter og medieoutputs bæres frem af de respektive organisationer i partnerskabet omkring Danmark i Bevægelse.
- Sekundære aktiviteter og medieoutputs bæres frem af de øvrige partnere som involveres i Danmark i Bevægelse på projektniveau.
- Hver bølge har sin egen cyklus, som samler og fokuserer sin energi omkring et peak/klimaks/brydning, for derefter at flade ud og blive en del af bevægelsen.

"Bølger dannes på grænsefladen mellem to stoffer med forskellig massefylde"



- 1. Danmark går
- 2. Vores Utrolige Krop
- 3. Dans Danmark
- 4. Lad Legene Begynde
- 5. Danmarks Motionsuge
- 6. Året vi gik

Én Bevægelse Seks Bølger

1. Danmark Går Sammen!
2. Vores utrolige krop
3. Dans Danmark
4. Lad Legene Begynde
5. Danmarks Motionsuge
6. Året vi gik

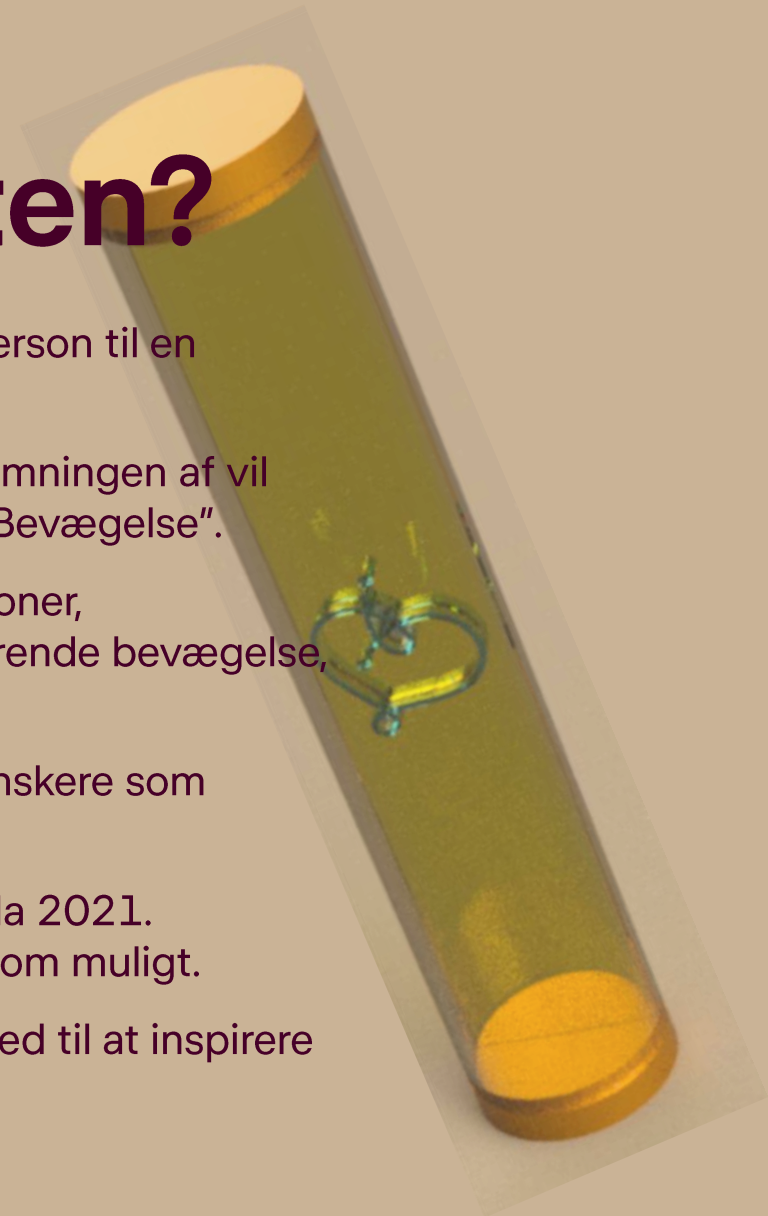
Bevægelses- stafetten

Sammen kan vi godt. Sammen i Bevægelse



Hvad er Bevægelsesstafetten?

- Bevægelsesstafetten er én sammenhængende stafet som bevæger sig fra en person til en anden, og kommer rundt i alle afkroge af Danmark.
- Selve Stafetten er en depeche som overleveres fra en person til en anden. Udformningen af vil tage udgangspunkt i identiteten og ikonografien fra logoidentiteten "Sammen i Bevægelse".
- Bevægelsesstafetten igangsætter bevægelse i hele landet, på tværs af generationer, bevægelsesformer, byer, land osv. Når året er omme, har stafetten både skabt rørende bevægelse, store fysiske præstationer, vilde øjeblikke og fået hele Danmark med.
- Formålet med Bevægelsesstafetten er at skabe bevægelse blandt så mange danskere som muligt, og igennem fantastiske bedrifter at til inspirere og motivere alle andre.
- Bevægelsesstafetten starter til Sports Galla 2020 og slutter til Sport Sports Galla 2021. Herimellem vil Stafetten henover året bevæge sig rundt til så mange Danskere som muligt.
- Målet med Bevægelsesstafetten er at den kommer hele Danmark rundt, og er med til at inspirere Danskerne til at bevæge sig mere.



Hvem bærer Bevægelsesstafetten?

Bevægelsesstafetten bæres frem af både kendte og ukendte danskere, og fælles for dem alle er, at de bærer stafetten fordi de er i bevægelse og skaber bevægelse, i ordets mest bogstavelige forstand.

Det er den enkelte Stafetbærer som afgør hvem de vil give Stafetten videre til, og skal hver gang svare på:

- Hvordan vil du bevæge dig?
- Hvem vil du bevæge dig for? Eller hvem vil du sætte i bevægelse?
- Hvorfor vil du gerne bevæge dig for den person – eller sætte den person i bevægelse?

For at sikre en høj diversitet blandt bærerne, deres historier og ikke mindst hvordan de er i bevægelse, vil dele af Stafetten være baseret på DRs research og udvælgelsen af en række Stafetbærere.



1. Bølge Uge 3-7

Danmark Går Sammen!

I en tid hvor Covid-19 truer både den mentale og fysiske folkesundhed, er det vigtigere end nogensinde før, at vi alle kommer ud og rører os. Vi ønsker derfor at sætte bevægelsen i Danmark i gang på en måde, hvor alle kan være med. Sammen tager vi således de første skridt i 'bevægelsens år', hvor befolkningen på tværs af kondition, geografi, alder og sociale skel skal ud at gå – sammen eller hver for sig. Målet er først og fremmest at komme ud og i gang!

Danmark Går Sammen!

Under overskriften 'Danmark Går!' opfordres alle danskere til at gå. På siden Danmark i Bevægelse/Tæl Skridt/We Walk kan man indtaste sine resultater, danne gå-grupper og bidrage til at målet nås.

Som en del af bølgen aktiveres gå-grupper på tværs af landet, som arrangerer åbne og fælles gåture for danskerne. Grupperne drives lokalt af værter/ambassadører/arrangører, som sørger for de optimale rammer og god kommunikation omkring det lokale arrangement. Bølgen afsluttes med en landsdækkende gå-udfordring, hvor hele Danmark tæller skridt/km og samler ind til Danmarks Indsamling.

Understøttende aktiviteter;

- We Walk (Bevæg dig for Livet)
- Tæl Skridt (DFF)
- Danmarks Indsamling

Mulige medie output:

- **dr.dk (status tæller og link til tilmelding)**
- **P4 Distrikterne**
- **Aftenshowet**
- **Danmarks Indsamling**
- **Virtuelt Danmarkskort med gå-klubber**

2. Bølge Uge 17-21

Alt Tæller

- mere bevægelse i hverdagen

Efter en lang nedlukning har vores kroppe brug for at komme i gang igen. En genstart hvor vi motiverer og udfordrer os selv og hinanden til at få lidt mere bevægelse ind i hverdagen. Det er ikke de store bucket-list udfordringer vi skal fokusere på, men al den bevægelse som er, og kan blive en naturlig del af vores hverdag. Alt tæller!

Alt Tæller Aktiviteter

Prøv vores store Challenge Generator hvor du kan sammensætte din helt egen udfordring og/eller udfordre en ven. Udfordringerne er for alle, uanset om du er Fuhlendorff eller Mogensén, og består af hundrede vis af små udfordringer på alle niveauer, som bliver sammensat til en plade/liste med 10 udfordringer, alt efter hvem du er. Der er også særlige udfordringer til bestemte målgrupper fx skoler og arbejdspladser eller efter arketyper, motivationsfaktor(GO!) og lign.

Understøttende aktiviteter:

- Alt Tæller (Bevæg Dig for Livet)
- Danmarks Sundeste Arbejdspladser (DFIF)
- GO! (DGI)
- Fun Skills (DSI – hjernetræning gennem bevægelse, motorik for de mindste)
- Hold Hjernen Frisk (DGI)

Medie Outputs:

- Min Krop til Grænsen
- Fars Tyndfede Ferie
- Blod Sved og Sløjfer

3. Bølge Uge 21-25

Dans Danmark!

Dans er naturligt, og det er sundt – både for krop og psyke. Dans er fællesskabende, og dans er noget, vi danser kriser væk med! Derfor skal vi danse sammen i 2021, på tværs af køn, alder, geografi mv. Det handler ikke om at danse flot eller godt. Det handler om fællesskab, at bruge sin krop og have det sjovt med dét. Målet er at få hele Danmark til at engagere sig og danse med.

Dans Danmark! Aktiviteter

I en serie af programmer, tager DR danskerne med på en rejse igennem dansens historie, fra et både videnskabeligt og historisk perspektiv. Det hele kulminerer med et live tv-event, hvor danskerne skal op af sofaen og ud på stuens dansegulv.

På bagkant af dette, inviteres danskerne i **weekenden d. 19-20. Juni** til dansefestivaler rundt omkring i hele landet. Her kan folk i alle aldre danse sig igennem dansens historie som de kender fra TV, samtidig med at de kan opleve flashmobs, opvisninger og modtage danseundervisning.

Dansens Historie bliver fællesnævneren for alle events, mens selve den lokale festivalen og de øvrige indslag tilrettelægges og arrangeres lokalt, af lokale dansegrupper og foreninger.

Understøttende aktiviteter:

- Verdensholdet opvisning
- Danse Camps (uge 25+26)
- Skolernes Danseuge (uge 24)
- DGIs Gymnastikforeninger

Dans Svendborg Dans Samsø
Dans Hørsholm Dans København
Dans Struer Dans Odense
Dans Ringsted Dans Skagen
Dans Maribo Dans Bredballe

Medie Outputs

- **DANS DANMARK! DR1**
- **EM Sang DR1**
- **EM 2021 DR1**

4. Bølge Uge 26-38

Lad Legene Begynde

Bevægelse handler ikke kun om at dyrke resultatorienteret sport og idræt – det handler om at have det sjovt og bevæge sig mens man gør det. I den 4. bølge sætter vi fokus på bevægelse igennem leg og sjove aktiviteter, og finder frem til de sjoveste, skøreste og vildeste aktiviteter, som vi kan lave i på stranden eller hjemme i haven, mens sommerens store sportsbegivenheder kører i baggrunden.

Lad Legene Begynde Aktiviteter

Vi tager på turne rundt i Danmark, hvor danskerne kan prøve kræfter med de sjoveste, skøreste og vildeste lege og sommeraktiviteter. Aktiviteterne skal være for alle, og skal selvfølgelig kunne afvikles i al slags vejr. Når skoleåret starter skifter vi fokus til udvikling, når vi udfordrer skolebørn til at udvikle nye innovative aktiviteter.

Understøttende aktiviteter:

- Unge udvikler aktiviteter – ungdomsfestival (DGI)
- Byg en forandring (Eksperimentarium)
- DM i aktivitetsudvikling X Ultra:Bit (DSI/DR)
- Spirekassen DR Ramasjang til institutioner
- Alt tæller (Bevæg Dig for Livet)
- De mystiske og ukendte idrætter (DIF)
- DGI's fodboldskoler og andre sommerferieaktiviteter
- Legepatruljer (DSI)

Medie Outputs

- **DR Sommervejret(27-32)**
- **OL/PL DR1**
- **Udeholdet**
- **Sommer Summarum**

5. Bølge Uge 41

Danmarks Motionsuge

Uge 41 er hele Danmarks motionsuge, hvor alle danskere skal dyrke motion hver dag. På TV fortæller vi historien om hvordan man kan gå fra inaktiv til aktiv - i skolen, i fritiden og i hjemmet, og den 5. bølge handler om at tage danskerne med på den rejse. Målsætningen er, at alle danskere har mulighed for at prøve noget nyt og at de eksponeres for og mærker det fællesskab, som foreningslivet og idræt har at byde på. Et fællesskab, der rummer meget mere end bare at bevæge sig sammen.

Danmarks Motionsuge Aktiviteter

Uge 41 er hele danmarks motionsuge, hvor alle danskere skal dyrke motion hver dag. Der vil ugen igennem være fokus på motion, og foreninger, og klubber på tværs af landet åbner ugen igennem op for at danskerne kan prøve alskens spændende tilbud. Ugen kulminerer med skolernes og arbejdspladsernes motionsdag fredag d. 15. Oktober.

Det bliver en uge fyldt aktiviteter som skal vise danskerne det store udvalg af tilbud og fællesskaber som idrætten rummer, og ikke mindst skabe bevægelse og bevægelsesglæde blandt ALLE danskerne.

Understøttende aktiviteter

- Try-Days for alle (DGI/DIF)
- Jump4Fun (DGI) (særligt til børn)
- Skolernes Motionsdag (DSI)
- Arbejdspladsernes Motionsdag, udvides til hele ugen (DFF)
- Temauge på skoler og institutioner
- KICK (DGI)
- Bland Selv Idræt

Medie Outputs:

- **Børnene op i det røde felt**
- **'De STØRSTE af de STØRSTE'**

6. Bølge Uge 48-52

Året Vi Gik

Efter et år med bevægelse er det tid til at runde året af. Vi skal fastholde vores bevægelsesvaner, og sikre os at de varer i mange år frem. Julen er hjerternes tid, og et sundt hjerte har brug for masser nærvær og bevægelse. Årets sidste måned er også højtid for familietraditioner, og derfor runder vi året af med to klassiske traditioner som skabe både nærvær og bevægelse; Julekalenderen og Året Der Gik.

Året Vi Gik Aktiviteter

Året Vi Gik:

Vi inviterer danskerne på en gåtur igennem det forgangne år. En kronologisk gåtur fra januar til december, hvor der undervejs møder nogle af årets højdepunkter i form af medieklip(lyd/video/musik) fra Året der Gik, som afspilles og projiceres på byens flader.

ALLE kan være med, og det skal være den store fællesskabende begivenhed som afrunder bevægelsesåret. Formatet kan justeres og tilpasses til evt. Covid-19 restriktioner, og kan ligeledes spredes ud til mange events fordelt over hele landet.

Julekalenderen:

Hver dag fra 1-24. December åbnes der en låge i julekalenderen, og bag lågen gemmer der sig en lille aktivitet eller udfordring som man kan lave sammen. Julekalenderen 'udkommer' i både et digitalt og fysisk eksemplar, hvor den digitale kan tilpasses til alder, fysisk formåen og udfordringsniveau.

Understøttende aktiviteter:

- Dansk Skoleidræts Julekalender
- Dansk Firmaidræts Julekalender

Medie Outputs

- Året Der Gik
- Formiddag på 4'eren
- Mens Vi Venter (Ramasjang)

Kommunikation

Uddrag af DRs Kommunikationsbrief

FORMÅL:

Skabe fællesskab og engagement i befolkningen om at bevæge sig fysisk - sammen og hver for sig. Vi vil fascinere og aktivere – og give folk lyst til at hoppe op af sofaen. Vi ønsker med andre ord at inspirere befolkningen til sammen at sætte Danmark i bevægelse.

HVORFOR:

Corona vil række langt i ind 2021, og vi har brug for at være stærke, holde ud og være sammen. Bevægelse gør os stærke fysisk og mentalt. Bevægelse giver os energi og samhørighed. Og det har vi brug for! Bevægelse samler os også på tværs af skel og har et forandrende potentiale - for den enkelte og for fællesskabet.

HVORDAN:

DR vil sammen med DIF, DGI, DS OG DFF inspirere til og understøtte, at Danmark kommer i bevægelse i hele 2021. Inden året er omme, har vi alle bevæget os lidt ekstra og hjulpet hinanden for at holde dampen oppe i en krævende tid.

DR vil producere programmer, der inspirerer til at røre sig i fællesskaber på tværs af alder, sociale skel, interesser og landsdele – og fortæller fascinerende historier om, hvordan bevægelse bevæger os. Organisationerne vil tilbyde aktiviteter til danskerne hele året, så det er nemt at få bevæget sig, uanset om man gør det for at have det sjovt, blive stærkere, bedre eller være sammen! Hver uge skal det være muligt at blive inspireret til bevægelse og deltage i fysiske aktiviteter.

TEMAETS LØFTE:

Danskerne skal inspireres og aktiveres til bevægelse. Vi skal tænde bevægelsesgnisten og hjælpe med det første skridt, eller give det sidste skub. Det kan fx udtrykkes sådan (ikke låste formuleringer)

KERNESÆTNING:

Vi har brug for at være stærke fysisk og mentalt, derfor sætter vi sammen med befolkningen Danmark i bevægelse.

TONE OF VOICE:

Et do-tema, som dog i høj grad også fokuserer på følelsen, det giver at være i bevægelse og være sammen om det (mere end fokus på bevægelsen selv).

Kommunikation(fortsat)

Uddrag af DRs Kommunikationsbrief

TIMING OG RYTME

Vi sparker bevægelsen i gang d. 2. januar med 'Sport 2020' på DR1. Alle DRs platforme er hen over året en del af satsningen med indhold, som styrker engagementet til fysisk bevægelse sammen med andre. Ved tidligere fyrtårnssatsninger har vi haft ca. to mediepeaks omkring hovedserie(r) i løbet af året. I denne fyrtårnssatsning har vi i stedet et kontinuerligt løfte, en puls, hen over hele året – og under den nogle uger, hvor vi er mere synlige med pakker af indhold.

Hver uge hele året vil danskerne derfor møde temaet enten hos os eller partnerne – og vi vil hylde danskernes engagement, når de bevæger sig sammen med os. Vores medietryk vil i januar fokusere på at sætte bevægelsen i gang, og vi vil opfordre til at gå en masse skridt. På DRs flader vil uge 16-21 fokusere på kroppen til grænsen. I uge 21-24 er dans omdrejningspunktet for en involverende indsats, som fokuserer på den fælles og lystfyldte bevægelse. Fra uge 23-34 er der sportssommer på mange platforme med store fysiske præstationer til EM, OL, PL mm. Og efter sommerferien (uge 32 el 41) vender vi blikket mod at skabe forandring i samfundet ved hjælp af bevægelse bl.a. med et stort bevægelseseksperiment på DR1, som vil hjælpe de 11-15-årige med at gå fra inaktive til aktive. Indholdsoverblik sendes separat ved siden af brief. Der er enkelte forbehold for dele af indholdet endnu, lige som der stadig kan komme nye medietryk til.

CALL TO ACTION /PAY OFF (foreløbige bud):

- 'Sammen kan vi godt' (føle + pay-off på danse-event)
- 'Bevægelse gør det muligt' (fokus på det forandrende potentiale)

MÅL:

- 50 % af danskerne over 15 skal have været i kontakt med temaet
- XX skal have bidraget til temaet (defineres senere)
- XX skal have deltaget i aktiviteter (partnerskabsmål)

MÅLGRUPPER:

Vi vil bredt ud til befolkningen med satsningen. Delmålgrupper er: familier, unge, børn og ældre. Forskellige programmer og indsatser henvender sig til de forskellige målgrupper.

INDSIGT

- Dem, der motiveres af at blive sunde og stærke.
- Dem der motiveres af at blive gode – udfordre sig selv og præstere.
- Dem der motiveres af glæde, oplevelser og at være i nuet.
- Dem der motiveres af at være sammen – fokus på fællesskabet.

Programmer og udsendelser

(foreløbig liste – tilføjelser og ændringer vil forekomme)

Sport 2020, jan

Årets sportshow, som er i mindre skala i år. Her skydes 'Vi sætter Danmark i bevægelse' i gang. Evt. Fysisk med en stafet.

Versus special, feb

Sidste program af Versus i denne sæson vil fokusere på dueller med fysisk bevægelse.

Rigtige mænd, feb

Ny sæson af Rigtige mænd, med en helt ny gruppe mænd, som skal i bedre form.

Blod, sved og sløjfer, april

I en DR dokumentarserie går vi tæt på nogle unge piger, når vi skildrer et helt unikt fællesskab i Rockets Cheerleading i Rødovre, i en tid hvor de unge piger kæmper sammen og mod hinanden i udvælgelsen op mod de afgørende Danmark- og Europamesterskaber.

Min krop til grænsen, april

Serie om den aktive krop. Andreas Mogensen og Josephine Høeg tester kroppen til grænsen. Vi hylder den menneskelige krop og de utrolige resultater, vi kan opnå med den! Blive klogere på, hvordan vi mennesker gennem en kompromisløs og aktiv livsstil kan skabe ekstraordinære resultater. Hvor går grænsen for den menneskelige krop?

Fars tyndfede ferie, april

Serie om den inaktive krop. Pop-science og humor. Christian Fuhlendorph skal tilbringe tre uger i en sofa. Hvad sker der med kroppen og sindet, når man er helt inaktiv? Både i et antropologisk og medicinsk perspektiv.

Dans, Danmark!, maj

En serie + en tv-event, som sætter gang i fællesdans i hele Danmark.

EM-sang, juni

Vi følger tilblivelsen af EM-sangen.

Sportssommer: EM + OL + PL, juni-aug

EM i Fodbold

OL i Tokyo

ParaOlympiske Lege

Udeholdet, august

Vi følger hjemløselandsholdet på vej til VM

'Med handicap mod verden', august

En dokumentarserie i tre afsnit, hvor Tina Müller og PL-guldvinderen Peter Rosenmeier tager til tre forskellige lande og fortælle utrolige historier om de vilkår, der er for handicappede.

Da børnene kom op i det røde felt, aug/okt

Danmarks største bevægelseseksperiment med fokus på børn i alderen 11-15-år. Vi følger dem fra inaktive til aktive med skolen som ramme. Transformationen sker gennem indsatser og nudging til øget bevægelse i skolen, i fritiden og i hjemmet.

De største af de største, aug/okt

Nu kårer DIF så den største af de største de seneste 25 år. Og det vil vi gøre til et brag af en tv-aften, hvor vi samler de seneste 25 års 25 største atleter og kårer, hvem der er den største af de største. Vi drukner os selv i ekstasen og nostalgien fra nogle af vores fælles største øjeblikke gennem de seneste 25 år, alt imens vi hele tiden har spændingen om, hvem der kan kalde sig Den Største af De Største.

1

Programmer og udsendelser

(foreløbig liste – flere tilføjelser og ændringer vil forekomme)

MINISJANG:

Minisjang lanceres i april. Motorisk træning og kroppen bliver er del af fokus på tv - samt som spil i app gennem sanglege.

RAMASJANG:

Spil: Hr. Skæg bogstavjagt

Her skal børnene rundt i huset for at finde ord, der starter med de rigtige bogstaver.

BAMSELÆGEN AKTIV LEG

Ny app, som rummer aktiv leg om kroppen

RAMASJANG REDDER FRØERNE

Aktiverer både børn og bedsteforældre i et fælles indsats. Der ligger en mulighed i at tænke bevægelse ind her i fht. at komme ude at se naturen og finde frøer.

ULTRA:

Ultras skolepokal

Finale i april 2021. Og i september 2021 starter den nye sæson op. Transmitteres.

De unge fodboldstjerner

Følgedokumentar, følger nogle af DK's største 16årige fodboldtalenter, når de rejser ud til europæiske fodboldklubber. Eks. Frederik Flex – Parma, Jeppe Kjær - AJAX

'Ultra Nyt Sport'

Fodbold fiktion

Fiktionsserie med fodbold som omdrejningspunkt.

Team Gym

'Anuscha går kontra'

En serie om undergrundstrenden "Panna" (fodboldtricks)

'Det Sorte Bælte'

13-årig pige, som vil være meget ung indehaver af et sort bælte.

'Fodboldstjerne'.

Serie, som portrætterer de største fodboldnavne i DK, eks. Mathias "Zanka" Jørgensen, Yussuf Poulsen, Pierre-Emile Højbjerg

'Boksedrene'

Serie om to seje drenge, som går til boksning i Volsmoses mest belastede område.

'Den første kærlighed'

En følgedok, som følger en ung og uafklaret biseksuel på en danseefterskole.

DR2:

'Sport med Hitler', april

Sportssommer: EM + OL + PL, juni-aug

DR2+:

'Vikarlandsholdet'

DR3:

Sara Mafout, professionel bokser

Curlingklubben i form

DR Ung-projekt til både DR3, P3 og digital. Fokus på bevægelse, at komme i form.

Pony love

Fokus på ridesport og det miljø der er blandt heste og unge piger. Pigeliv, med stalden og ridesport som arena.

